

2023年大学生职业生涯规划大赛活动要求有哪些(优秀5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

大学生职业生涯规划大赛活动要求有哪些篇一

(一) 帮助广大同学明确学习目的，增强学习动力。

(二) 帮助同学们做好大学生生活规划，提前思考自己的未来，为以后择业、就业奠定基础。

(三) 创建一种学校和社会相结合的互动模式，给广大同学提供认识社会，认识职场的机会。

(四) 锻炼同学们的口才，增强同学们的自信，营造良好的学习氛围。

规划自我，成就辉煌

xxxx大学全体同学

初赛场地：（具体地点具体通知）

复赛场地：（具体地点具体通知）

决赛场地：国际交流中心（暂定）

初赛□xx年11月20日（暂定）

复赛□xx年12月3日（暂定）

决赛□xx年12月10日（暂定）

大学生职业生涯规划大赛活动要求有哪些篇二

面对当代大学生十分严峻的就业形势，我院希望通过举办此次职业生涯规划演讲比赛，帮助同学们尽早树立职业生涯规划意识，掌握职业规划的基本知识，明确自己的人生目标，以科学的态度和方法规划自己的职业生涯，变“被动就业”为“主动就业”，赢在职场的起跑线上。

帮助广大同学树立职业规划的`意识，提高职业规划的能力，有预见地、科学地规划自己的学习生涯和职业生涯，激发自我潜能，拓展自身素质，以及丰富同学们的课余生活，为同学们提供交流、学习和实践的平台。

职业生涯规划演讲比赛

全院所有大一学生

待定

待定

（一）活动前期准备工作：

- 1、将比赛相关事宜通知全院各班班长，由班长协助宣传，并上报本班参赛名单，具体包括参赛选手的姓名和联系方式。
- 2、学院学生会宣传部制作海报，并在我院学生寝室楼下栋张贴，充分做好宣传工作，让同学们感受到此次活动的浓厚氛围。

- 3、邀请学院经验丰富的辅导员和学长学姐，大学生创业联盟成员担任此次比赛的评委。
- 4、邀请学院的一位主持人到现场主持比赛。
- 5、组织所有参赛选手进行抽签，各自抽取参赛号码。
- 6、组织安排学院同学到现场观看比赛。
- 7、选好比赛地点并布置好现场。

（二）比赛时流程：

- 1、主持人致开场词宣布此次演讲比赛开始，并介绍评委团成员，感谢大学生创业联盟的支持。
- 2、由上届演讲比赛冠军胡清同学作暖场演讲。
- 3、参赛选手依序上台演讲，同时评委们进行评分。

（评分细则见附录一）

- 4、台下工作人员负责计分，并将最终得分情况交给主持人。
- 5、主持人宣布各位选手的得分，获胜同学上台领奖，让获奖者发表获奖感言，然后评委们对参赛者进行点评。
- 6、最后主持人致总结词宣布此次演讲比赛圆满结束。

（三）活动后期工作：

- 1、感谢评委们对此次比赛的支持、感谢参赛者的精彩演讲和同学们积极参与。
- 2、组织好现场所有同学们的安全有序退场。

3、组织人员检查比赛地点的一切设备完好，整理打扫好现场。

八奖项设置：一等奖一名，二等奖两名，三等奖若干名

1、所有参赛选手必须准备好自己的演讲稿，并且熟练演讲稿，演讲时间为3至5分钟。

2、演讲内容包括以下几方面：

（1）自我定位，即自己的兴趣、性格、技能、特长、职业观和就业观等。

（2）你对就业前景的看法，即社会整体就业状况和目标职位在社会中的需求认知。

（3）你想从事的行业或岗位，并谈谈该行业对人才的素质要求。

（4）为了你的目标，在接下来的大学学习生活里，你如何做好相应的准备等等。

3、参赛选手不得抄袭他人作品，一经发现取消参赛资格。

1、组织人员提前到比赛地点进行检查，检查一切设备是否完好可以使用，确保无误。

2、组织人员提前到比赛地点进行现场布置。

3、选派工作人员负责现场计分和现场秩序等工作，确保比赛顺利。

4、安排一名人员负责现场拍照工作。

1、租借2个无线话筒：30元

2、水：7元

3、纸、笔：8元

4、大学生创业联盟提供具体奖品

费用总计：45元

外国语学院职业发展协会大学生创业联盟

大学生创业联盟

附录一：

演讲比赛评分细则

主要从演讲内容、演讲技巧、演讲效果、时间掌握及脱稿要求五部分对演讲选手进行评分。满分为100分。

1、演讲内容（30分）

主题鲜明、突出、标题醒目（5分）

观点正确、鲜明，主题深刻、集中，角度新颖、得当，材料典型、充分（10分）

事、情、理交融，逻辑严谨，说服力强（5分）

文笔（10分）

2、演讲技巧（40分）

普通话标准，口齿清晰，语音纯正（10分）

演讲内语言生动、形象，语气、语调、声音、节奏富于变化，

轻重缓急，抑扬顿挫切合容。（10分）

能准确、恰当，富有感地表情达意情。（10分）

动作、表情、能准确、直观、灵活地表达演讲内容和思想感情
（10分）

3、演讲效果（10分）

演讲精彩有力，使人在美的享受中受到了深刻教育，具有强大的鼓舞性、激励性、说服力、感召力和召唤力。

注：包括仪表形象：服饰大方、自然、得体，举止从容、端正，风度潇洒，精神饱满，态度亲切。

4、脱稿（10分）

表现熟练程度

5、演讲时间（10分）

最好控制在3—5分钟

评分采用百分制，去掉一个最低分一个最高分后取平均分为选手最后得分。

大学生职业生涯规划大赛活动要求有哪些篇三

“大学生职业生涯规划设计大赛”活动总结 为提高我系学生综合素质，增强就业竞争力，帮助学生更好的明确学习目标，让同学们从观念、心态、知识、技能等方面做好应对竞争压力和职业挑战的全面准备，使他们能够更好的适应市场经济发展对人才的要求，团委决定举办第二届大学生“职业生涯规划设计大赛”

2017年11月27日下午3:30本次活动在大家的期待下在教学楼b302如期进行。本次活动分为四个环节，第一环节为主持人介绍评委组成员，并介绍演讲规则，与会的评委有团委书记王贡献老师和学工处徐晓刚等五位老师。第二环节进入比赛，参赛选手阐述自己职业生涯规划：在内容上，选手们主题鲜明、突出，观点正确、鲜明，角度新颖、得当。材料典型、充分，事、情、理交融，逻辑严谨，说服力强，充分借助了多媒体的优势，精心制作了ppt幻灯片，更加直观的向评委和大家描述了自己的观点。在演讲技巧上，普通话标准，口齿清晰，语言形象、生动，动作表情直观、灵活，感情饱满。在演讲效果上具较强的感召力和说服力以及激励性，整个态度亲切，精神饱满。第三环节为评委对参赛选手进行提问并给分，评委们具有针对性的对每一位选手作出提问，并且给他们以宝贵的建议，选手们则发挥充分才智一一作出回答。最后一个环节为主持人公布成绩与获奖名单。

我们学习部全体成员以及宣传部部分成员团结一心，各司其职，互相配合顺利完成了这次的活动。当然活动中也有美中不足的，部分参赛选手没有做到完全的脱稿，超时现象也较普遍，这都与我们的宣传不当有关，再有就是教室的领取也临时出了点小问题。

活动中学到了许许多多。

活动目的

为丰富大学生的大学生活，和拓展对专业领域知识的了解，以及对在校三年有一个大概的想法，去更好的认识自己，认识自己所处的环境，理性地思考自己的未来，科学地规划自己的生涯蓝图，让自己的学习生活变得更加充实和有意义，让将来的生活更加绚烂。护理学院为提高学生专业技能、职业素养，即以学生为本的宗旨，举办了此次职业规划比赛。

活动准备

1、院党委宣传部负责统筹策划大赛文宣工作和各类宣传文稿的审核、把关、汇总。

活动流程

1. 现场播放宣传片。
2. 主持人致开幕词，宣布比赛开始。
3. 介绍评委老师。
4. 选手依次上台演示个人ppt□现场答辩以及才艺展示，同时评委老师现场打分。
5. 主持人宣布比赛结果；
6. 有请领导为获奖选手颁奖；
7. 主持人宣布比赛结束。
9. 合影留念

比赛过程

第一，学生树立了正确的就业观。活动很好地传播了职业规划的理念，使全院同学充分认识了自己，学会了客观地分析环境，并且能够科学地树立目标，做出正确的职业选择，为以后就业奠定了基础。对促进我院毕业生就业工作具有积极的作用和深远的影响。

第二、学生制定了具体的职业目标。职能部门精心策划，通过活动前宣传、职业生涯规划主题班会、各系初赛、学院复赛及决赛几个阶段，使全院学生都参与到活动来，使同学们深入地了解职业规划的重要性，培养了同学们分析问题的能

力，都能根据自己的实际情况制定了具体的职业目标，增加了同学们的自信心，从而达到预期效果。

第三、锻炼了学生的三种能力。

1、组织协调能力。通过活动学生能根据自己的实际情况，预见未来的要求、机会和不利因素，并做出职业生涯规划，规划切实可行，具有可操作性，组织实施严密，有条不紊，主次分明，而且合理调配、安置人财物等有关资源，做到人尽其才、物为其用、财尽其力，善于总结提高，把感性认识上升到理性认识，更好地开展工作。

2、语言表达能力。流利自如、文雅幽默机智又风趣的谈吐是成功就业的必备条件。通过职业生涯规划比赛使学生在演讲和辩论中有意识地剔除了口语杂质，提高了语音表达能力和沟通能力，交际充满自信，能自如应对面试，沟通肢体语言正确亲切，使学生迅速提升应聘自信心，从而获得用人单位的青睐，赢得了就业先机。

3、实际操作能力。学生对职业生涯规划知之甚少，大赛筹备小组对活动方案进行了认

真讨论，对活动全过程进行了仔细设计、论证，在活动开始前确定了正确的指导方针，形成了一整套可操作性强的活动方案；现场演示能力、操作能力都明显提高，学生通过参加活动，对自己的职业生涯进行了合理的规划，学习的目的性更强、学习更加主动，实际创作能力普遍得到了提高。

第四，提升了学生的就业能力。今年全球金融危机带来的严峻就业形势，由于职业生涯规划活动的开展，学生的就业定位比较准确，就业能力得到提升。

第五、提高了就业指导老师的`工作水平。如何指导学生进行职业生涯规划是摆在我们面前的一个新课题，在这次活动中，

我们的就业指导老师全程参与指导和辅导学生进行职业生涯规划，他们通过查阅资料、讨论、教学研究活动、观摩和修改学生作品，提高了自己的就业指导工作水平。

活动中的不足及今后的打算

此次举办职业生涯规划活动，经验不足，在各阶段活动开展的过程中，碰到过各种方面的问题，同学们开始对此了解认识不够，前期工作开展比较困难。

为了更好地指导学生进行职业生涯规划，使就业指导工作事半功倍，我们在今后的工作中力争做到：

1、职业生涯规划指导常规化：就是要将职业生涯规划的指导工作贯穿于全学程，使教室、实验室、寝室和实习单位都成为我们的指导场所。

2、职业生涯规划比赛制度化：就是在成功举办的首届职业生涯规划大赛的基础上，建立职业生涯规划比赛的相关制度，每两年举办一次比赛。

3、活动方案多元化：就是在形成活动方案时多与比赛相关指导老师和专家多交流，多征求相关部门的意见，使活动方案更加完善，更具操作性。

4、指导学生具体化：就是通过职业生涯规划指导引导学生走进职场，走近职业人士；

通过课后布置人物访谈，个别辅导，课上讲述过程与收获，确保大多数同学通过课程能主动和有意识的去寻找、发现和接触职场目标人物。

5、指导老师专业化：就是要加大投入，利用三到五年的时间，通过自学、外出培训等形式，培养10名具有中级以上职业生

涯规划指导师资格的指导教师。

活动总结

我们举办这个活动，主要是为了让同学们认识到职业生涯规划的重要意义，明白职业生涯规划将伴随我们的大半生，拥有成功的职业规划才能实现完美的人生。尽管活动是结束了，可是留给我们的却是回味无穷。本次活动还存在着许多的不足之处，比如：活动时间有点赶，没有考虑到新生活活动月的活动比较多，同学们老师都比较忙，导致活动因此延期。还有在比赛时选手不能脱稿经行演讲等。

尽管有许多缺点，但一个活动还是有一定的有点的：

1. 通过比赛，更多的大学生对职业生涯规划有一定的了解，使他们更有冲力，更具方向。。
2. 组织工作做的比较好，比赛过程中，没有出现重大失误，比赛圆满成功

大学生职业生涯规划大赛活动要求有哪些篇四

为切实贯彻落实“建立和完善高校毕业生就业服务体系”和《教育规划纲要》“加强就业创业教育和就业指导服务”的总体部署要求，引导广大学生树立正确的成才就业观，在教育部高校学生司指导下，全国高等学校学生信息咨询与就业指导中心特举办全国大学生职业生涯规划大赛。

为响应国家开展的“第二届全国大学生职业生涯规划大赛”，帮助同学们尽早树立职业生涯规划意识，掌握职业规划的基本知识，明确自己的人生目标，以科学的态度和方法规划自己的职业生涯，变“被动就业”为“主动择业”，赢在职场起跑线上，成为抢手的职场新人，增强我校毕业生的就业竞

争力。

“规划自我、服务社会、赢取未来”

艺术学院秘书处、学习部、组织部

20xx年3月初——20xx年3月底

准备阶段

完善并确定活动方案

邀请指导老师安排活动培训

宣传阶段

张贴海报、悬挂条幅等进行宣传动员，并请指导老师开展大学生职业生涯规划讲座。通过宣传动员，让每一位同学都可以感受到大赛的氛围。

(3) 初赛阶段

- 1、各班积极选拔并推荐优秀作品。
- 2、比赛形式以稿件的评审为主，并辅以现场答辩和观众提问。初赛推荐若干份参赛作品进入复赛。

(4) 复赛阶段

- 1、时间：（暂定）
- 2、地点：多媒体报告厅（或者在我系的大教室里借台投影仪）
- 3、复赛流程：

开场：文艺节目（5分钟）

第一环节：主持人介绍评委、来宾、大赛选手。选手分别出场并做自我介绍。2—3分钟

第二环节：领导致辞。（5—10分钟）

第三环节：1—5号选手分别出场配合自己所做ppt进行个人职业生涯规划设计演讲。

第四环节：评委问答。

第五环节：选手互评。

第六环节：职业角色情景模拟。

第七环节：观众互动问答。

一等奖：1名颁发奖状

二等奖：2名颁发奖状

三等奖：3名颁发奖状

优秀奖：4名颁发奖状

1、所有参赛选手的作品必须是本人原创作品，若发现有盗用作品的将取消其比赛资格并严肃处理。

2、比赛评分标准暂定，但与“第二届全国大学生职业生涯规划大赛”的评判规则相符合。

3、经费预算：宣传条幅：60元。

4、活动总则：本次活动最终解释权为艺术学院团支部所有。

大学生职业生涯规划大赛活动要求有哪些篇五

第二届大学生职业生涯规划大赛活动总结 历时一个月的职业生涯规划大赛于2017年11月27日星期三落下帷幕，大赛总体还顺利，但是主办大赛过程中有比去年进步的也有不足之处。

大赛组织工作从2017年10月13日开始，带动大一成员外出为大赛拉赞助，赞助总共拉到500元。这是外联方面的进步。大赛进一步落实责任到人制度，今年报名选手共140人，实际交作品60份。从开始让10名社团人员分别负责14人，让负责的同学联系每个选手。晋级复赛20人，让2个人负责10个人，共4个人负责。晋级决赛8人，分别让2个人负责4个人，共4个人负责，防止出现联系不到选手的情况。（去年有未联系到选手的情况）活动现场也有具体分工，负责布置会场（所有人员）、选手签到、分发号码牌（2人）、操控电脑（计时、播放音乐）、收评分条及统计分数（5人）、倒水（2人）、维持会场纪律及引导观众入座（4人）、灯光控制（2人）、拍照（3人）、录像（1人）、礼仪（4人）、场外安保人员（2人）、收观众投票（6人）。

今年吸取了去年本来计划复赛办一场而后因时间不充足被迫办两场的教训，和决赛时选手太多，时间太长的教训。直接将复赛分两场，每场晋级4名。决赛时基本保证了时间。

本次大赛开始前，直接把评分条放到评委桌，通知选手亲友团加油可以做成视频的.形式，防止了现场混乱。

但是今年也有遗憾的事，本来打算请赵宝新书记做大学生职业生涯规划大赛讲座，可是赵书记临时有事，讲座只好取消。也使许多报名选手不能具体了解职业规划的内容以及目的，而未交上策划书。

不足之处:

1. 负责人未能达到有效的沟通

(1) 大赛前李老师让改变三等奖人数，而出现有一个优秀奖的现象

(2) 有些事只通过个人做决定。(比如一些大赛规则)

(3) 大赛负责人出现推脱现象

2. 音箱未能及时调控导致后排听不清选手的话语(2号选手以后还)、没提醒选手拿话筒近一些导致音量太小。

4. 决赛时介绍大二成员太麻烦(比如职务)，占用一定时间

5. 大赛结束时ppt未能有效做成，选手的分数未能在大屏幕公布通过此次大赛，我们将继续修正错误，传承好的经验。

总结人：赵星达 大学生创新创业者协会

2017年11月27日

为了强化大学生职业生涯规划理念的学习与实践，引导学生树立“成功者”的心态，形成提高自身素质的动力，进一步推动我系就业指导工作的深入发展。同时，配合学院开展第五届大学生职业规划大赛，我系决定举行主题为“规划理想职业，成就精彩人生”的第二届职业生涯规划大赛。

初赛阶段由本班进行，推荐2份以上作品参加系的比赛。我系邀请了专业老师担任评委，对参赛作品进行评审。按成绩的高低公示了进入决赛的14名同学的名单。进入决赛阶段的14名选手于9月16日晚在综合楼内阶举行。我们邀请了学院就业处处长梁进杲、学院就业办伍祖阳老师等嘉宾出席比赛。学

生工作处科长孔宪锦、艺设系辅导员林缅及我系辅导员程喜和担任本次大赛的评委。

比赛分为三个环节进行ppt展示、评委老师提问与现场情景模拟。进入决赛的选手分别从自我评价、确定目标、环境评价、职业定位、计划实施、评估调整等方面进行了客观分析，对自己在大学期间和毕业五年内学习与发展进行了合理的规划。随后，评委们根据选手阐述进行现场提问。现场情景模拟中，凸显了选手们的应变能力与综合素质。

比赛过程中，选手们在台上挥洒自如、自信机智，精美的ppt良好的精神面貌，给现场观众及评委留下了深刻的印象。现场还穿插了抽奖环节，更是活跃了气氛。

我们对此比赛的准备工作做得比较充分，所以比赛过程中没有出现意外状况。而已在比赛开始前，我们都有把选手的ppt预放映了一遍，保证了选手的作品在比赛过程中顺利演示。

但是由于我们两个部门是第一次接手举办活动，有很多地方都不太清楚，所以此次活动也存在很多的不足：首先，是场地问题。因为当时主教楼在周末要进行医师考试，所以一整幢楼都不能申请，此外图阶用作新生会议也申请不了。又由于对学校不熟悉，误以为综合楼外阶是内阶，所以申请了综合楼内阶。让观众忍受闷热的环境，导致了比赛还没结束就有很多人走掉了；而且也影响了选手的场景模拟环节的发挥。这是我们这一次活动的最大不足。但是经过这一次的活动，我们学到了很多，相信在以后的日子，我们再有机会接手活动的话，我们会做得更好的。

外联部、学习部

二〇一一年九月十八日